



JADŁOSPIS DEKADOWY 20.09.2021-01.10.2021

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 20.09.2021	<u>Płatki jęczmienne z cynamonem na mleku</u> <u>/Owoc</u> Kanapeczki mieszane z warzywami Herbata owocowa	Zupa brokułowa Spaghetti bolognese/ Sałata z marchewką i dipem winegret na bazie soku pomarańczowego/ Zielona fasolka Kompot wieloowocowy- bez cukru	CIASTECZKA MAŚLANE Z ŻURAWINĄ JABŁKO BUDYŃ Z SOKIEM
Wtorek 21.09.2021	<u>Domowy twarożek ze szczypiorkiem</u> Kanapeczki z polędwicą / Kanapeczki z musem jabłkowym/Świeże warzywa/ Herbata koperkowa	Krem z dyni z zacierkami Pieczone nuggetsy z kurczaka/ Ryż/Surówka z białej kapusty z kukurydzą /Marchewka z groszkiem Kompot wieloowocowy- bez cukru	CIASTO MAŚLANKOWE Z OWOCAMI I KRUSZONKĄ ŚLIWKA
Środa 22.09.2021	<u>Płatki jaglane na mleku</u> Ćwiarteczki jajka z zielonym groszkiem (jaja z wolnego wybiegu) /Pieczywo razowe/ Pomidor i Rzodkiewka /Kanapeczka z domową szyneczką/ Herbata owocowa	Barszcz czerwony z ziemniakami Gulasz z szynki/Kasza gryczana/Ogórek kiszony/ Brokuły ze słonecznikiem Kompot wieloowocowy- bez cukru	CHAŁKA Z DOMOWYM DŻEMEM KISIEL Z CHIA
Czwartek 23.09.2021	<u>Jogurt grecki z chia/Bułeczka pełnoziarnista</u> Kanapeczki z pieczonym schabikiem i wędliną drobiową /Wiórki warzyw, Ogórek i papryka/ Rumianek	Muszelkowa zupa pomidorowa Dukaty z indyka /Ziemniaki/ Mizeria z jogurtem /Buraczki z jabłkiem Kompot wieloowocowy- bez cukru	MIODOWE MUFFINKI Z JABŁKIEM I CYNAMONEM BANAN
Piątek 24.09.2021	<u>Płatki żytnie na mleku</u> Kanapeczki z pastą łososiową, polędwicą z indyka i domowym dżemem/Pomidor, Rzodkiewka, Mix sałat Herbata owocowa	Zupa ogórkowa Puszyste pancakes na kefirze/Fruzelina truskawkowa Surówka z marchewki i jabłka Kompot wieloowocowy- bez cukru	KANAPECZKI Z SZYNKĄ I WARZYMAMI CHRUPIKI KUKURYDZIANE OWOCE

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 27.09.2021	<u>Płatki owsiane na mleku</u> Owoc/Kanapeczki mieszane z warzywami Herbata żurawinowa	Ryżanka z pomidorami Gulasz węgierski z indyka/ Makaron świderki/ Sałata z marchewką i dipem winegret na bazie soku pomarańczowego/ Brokuły Kompot wieloowocowy- bez cukru	CHRUPIĄCE CIASTECZKA OWSIANE DOMOWY KISIEL Z JABŁKIEM GRUSZKA
Wtorek 28.09.2021	<u>Kawa zbożowa na mleku/Domowy serek waniliowy</u> Kanapeczki z musem jabłkowo- gruszkowym /Kanapeczki z polędwicą sopocką /Papryka, Ogórek, Kiełki/ Herbata koperkowa	Domowy rosół z makaronem Kotlet mielony z otrębami/ Ziemniaki/Surówka z białej kapusty z oliwą i koperkiem/Buraczki na ciepło Kompot wieloowocowy- bez cukru	CHLEBEK BANANOWY Z TWAROŻKIEM JABŁKO
Środa 29.09.2021	<u>Kasza kus-kus na mleku</u> Jajecznica na parze / Szczypiorek (jaja z wolnego wybiegu) /Pieczywo razowe/ Pomidor i Papryka/Kanapeczka z wędliną z fileta z kurczaka/ Herbata owocowa	Zupa jesienna z kaszą Filet z kurczaka z marchewką i groszkiem / Ryż /Surówka z marchewki z jabłkiem i sokiem z cytryny/Jabłko Kompot wieloowocowy- bez cukru	KOLOROWE KANAPKI Z KIEŁBASKĄ KRAKOWSKĄ I ŻÓŁTYM SEREM WARZYWA I OWOCE
Czwartek 30.09.2021	<u>Twarożek z rzodkiewką/ Bułeczka pełnoziarnista</u> /Kanapeczki z domową roladą z indyka z brokułem, Kanapeczki z żółtym serem/Wiórki warzyw, Ogórek kiszony/ Rumianek	Zupa kalafiorowa z kurkumą Pierogi z mięsem/ Surówka z ogórka/Fasolka z sezamem Kompot wieloowocowy- bez cukru	DOMOWE DROŻDŻÓWKI Z OWOCAMI ŚLIWKA
Piątek 01.10.2021	<u>Drobny makaron na mleku</u> Kanapeczki z polędwicą drobiową i serkiem jogurtowym/ Pomidor, Kalarepka, Mix sałat/Kanapeczka z domowym dżemem/ Herbata malinowa	Żurek z majerankiem Filet z morszczuka w panierce z pieca/ Puree ziemniaczane/ Surówka z kiszonej kapusty/Bukiet warzyw Kompot wieloowocowy- bez cukru	WAFELKI RYŻOWE Z DOMOWĄ NUTELLĄ BANANOWO-MIODOWĄ POMARAŃCZA SUSZONE OWOCE

